



Casco Protector

- **¿Sabías que...?**

En California, toda persona menor de 18 años tiene que usar un casco mientras anda en bicicleta. ¿Por qué? Porque los cascos disminuyen las probabilidades de que te lastimes severamente la cabeza y el cerebro. Un casco no puede protegerte a menos que esté ajustado correctamente. Usa los siguientes consejos para asegurarte que llevas tu casco bien puesto:

- 1) Asegúrate de comprar el tamaño correcto
- 2) Ajusta las almohadillas para que haya poco espacio entre tu cabeza y el casco. El casco debe estar nivelado con tu cabeza, con el frente del casco justo encima de tus cejas.
- 3) Abrocha la correa del mentón. Debe quedarte ajustada.
- 4) Tus orejas deben estar entre la 'V' formada por las correas a los lados del casco.
- 5) Si tu casco se mueve, está muy suelto. Si te corta en el mentón, está muy apretado. Tómate el tiempo de ajustarlo correctamente.
- 6) Pregúntale a un adulto si está bien ajustado.

También es buena idea ponerte el casco cuando andas en patines o en patineta. Cada vez que viajas en ruedas y con velocidad tomas el riesgo de tener un accidente. El casco puede prevenir que te lastimes y hasta puede salvar tu vida.

DATOS CURIOSOS

- (1) En California, toda persona menor de 18 años tiene que usar un casco mientras anda en bicicleta.
- (2) Si no llevas un casco mientras andas en bicicleta (y eres menor de 18 años), tus padres o el adulto responsable por ti, puede recibir una multa de \$25.00.
- (3) Durante el año 2000, se reportaron más de 11,300 accidentes involucrando personas en patinetas en los Estados Unidos.
- (4) Los cascos pueden reducir heridas a la cabeza y al cerebro por un 88 por ciento.
- (5) Las personas que usan un casco mientras andan en bicicleta disminuyen 14 veces la posibilidad de tener un accidente comparado con personas que no lo usan.